

KUCHNIA

Jadłospis
01.01.2026r.

Śniadanie:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,7), wędlina szynkowa 60g(2,4,6,7), jabłko, ¼ pomidora, herbata 300g.

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło roślinne 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,7), wędlina szynkowa 60g(2,4,6,7), jabłko, ¼ pomidora, herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło roślinne 20g(2), polędwica wędzona 60g(2,4,6,7), wędlina szynkowa 60g(2,4,6,7), jabłko, ¼ pomidora, herbata 300g.

Obiad:

Dieta ogólna: Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,7), ryż paraboliczny na sypko 180g(2), pulpet w/p gotowany w sosie z koprem 100g/120g(2,4,6,7), surówka z kapusty słodkiej z kukurydzą 120g(1,7), kompot 300g.

Dieta podstawowa: Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,7), ryż paraboliczny na sypko 180g(2), pulpet w/p gotowany w sosie z koprem 100g/120g (2,4,6,7), surówka z marchwi i jabłek 100g(2), kompot 300g.

Dieta cukrzycowa: Zupa z brokuł ze śmietaną 350g(2,4,7), ryż paraboliczny na sypko 180g(2), pulpet w/p gotowany w sosie z koprem 100g/120g(2,4,6,7), surówka z marchwi i jabłek 100g(2), kompot 300g.

Kolacja:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), ogonówka wędzona 60g(2,4,7), polędwica sopocka 60g(2,4,7), makowiec(1,2,6), banan, rukola, herbata 300g.

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło 20g, ogonówka wędzona 60g(2,4,7), polędwica sopocka 60g(2,4,7), makowiec(1,2,6), banan, rukola, herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), ogonówka wędzona 60g(2,4,7), polędwica sopocka 60g(2,4,7), jogurt naturalny 150g(2), ogórek świeży, rukola, herbata 300g.

Wartość odżywcza: Energia 2497,7 Kcal, Białko 87,6g (pochodzenia roślinnego 31,3g),Tłuszcz 91,3g, Węglowodany 383,2g, Sól 10,9g.

Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).

KUCHNIA

Jadłospis
02.01.2026r.

Śniadanie:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), makaron na mleku 300g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), konserwa szynkowa 55g (4,5,6,7), jabłko , ¼ pomidora, herbata 250g.

Dieta podstawowa(wątrobową, żółdkową, lekkostrawną, trzustkową): Chleb 150g(6), masło 20g(2), makaron na mleku 300g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), konserwa szynkowa 55g (4,5,6,7), jabłko, ¼ pomidora, herbata 250g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), konserwa szynkowa 55g (4,5,6,7), jogurt naturalny 150g(2), jabłko, ¼ pomidora, herbata 250g.

Obiad:

Dieta ogólna: Zupa żurek z jakiem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7),ziemniaki z koprem 200g, kotlet z ryby 100g (1,3,6,7), surówka z kapusty kiszanej 120g, kompot 300g.

Dieta podstawowa: Zupa żurek z jakiem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, ryba pieczona z warzywami 100g/60(3,4,7), sałata lodowa z kukurydzą i oliwą 100g, kompot 300g.

Dieta cukrzycowa: Zupa żurek z jakiem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, ryba pieczona z warzywami 100g/60(3,4,7), sałata lodowa z kukurydzą i oliwą 100g, kompot 300g.

Kolacja:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g (2,4,7), parówka drobiowa 60g(2,4,7), ser topiony 17g(2), ketchup 15g, mandarynka, ogórek kiszony, herbata 300g.

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g (2,4,7), parówka drobiowa 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g (2), ketchup 15g, mandarynka, ogórek świeży, herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g (2,4,7), parówka drobiowa 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g (2), ogórek kiszony, mandarynka, herbata 300g.

Wartość odżywcza; Energia 2447 Kcal, Białko 87,2g (pochodzenia roślinnego 35,2g),Tłuszcz 68,4g, Węglowodany 383,2g, Sól 11,9g.

Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).

KUCHNIA

Jadłospis

03.01.2026r.

Śniadanie:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), ser żółty 60g(2), marmolada 40g, jabłko, ¼ pomidora , kawa zbożowa 300g(2,6).

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka drobiowa 60g,(2,4,6,7), marmolada 40g, ¼ pomidora, jabłko, kawa zbożowa 300g(2,6).

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka drobiowa 60g(2,4,7), serek kanapkowy 60g(2), ¼ pomidora, jabłko, herbata 300g.

Obiad:

Dieta ogólna: Zupa fasolowa z boczkiem wędzonym 350g(4,6,7), makaron 180g(6), warzywa duszone z pieczarkami, podwawelską w sosie curry 150g(4,6,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g.

Dieta podstawowa: Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), makaron 180g(6), gulasz drobiowy z warzywami 150g(2,4,6,7) , surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g.

Dieta cukrzycowa: Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), makaron 180g(6), gulasz drobiowy z warzywami 150g(2,4,6,7) , surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g.

Kolacja:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), pasta z jajka 80g(1,2,4,7), sałata lodowa, herbata 300g.

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), pasztet sojowy 55g(4,5,7,8), serek kanapkowy 30g(2), sałata lodowa, herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), pasztet sojowy 55g(4,5,7,8), serek kanapkowy 30g(2), sałata lodowa, herbata 300g.

Wartość odżywcza; Energia 2494 Kcal, Białko 80g (pochodzenia roślinnego 35g),Tłuszcz 85,5g, Węglowodany 363g, Sól 11,6g.

Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).

KUCHNIA

Jadłospis

04.01.2026r.

Śniadanie:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), wędlina szynkowa 50g(2,4,7), pasztet pieczony 60g(2,4,6,7), banan, rukola, herbata 300g.

Dieta podstawowa(wątrobowa, żółdkowa, lekkostrawna, trzustkowa): Chleb 150g(6), masło 20g(2), wędlina szynkowa 60g(2,4,6,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), banan, rukola, herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina szynkowa 50g (2,4,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), ¼ pomidora, rukola, herbata 300g.

Obiad:

Dieta ogólna: Pomidorowa z ryżem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,7), ziemniaki z koprem 200g, karkówka duszona w sosie z warzywami 100g/150g (4,6,7), surówka z kapusty kiszanej 120g, kompot 300g.

Dieta podstawowa: Pomidorowa z ryżem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,7), ziemniaki z koprem 200g, karkówka duszona w sosie z warzywami 100g/150g (4,6,7), surówka z jarzyn mieszanych 100g(2), kompot 300g.

Dieta cukrzycowa: Pomidorowa z ryżem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,7), ziemniaki z koprem 200g, karkówka duszona w sosie z warzywami 100g/150g (4,6,7), surówka z jarzyn mieszanych 100g(2), kompot 300g.

Kolacja:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), metka elbląska 60g(2,4,7), baleron wędzony 60g(2,4,7), musztarda 15g(7), ogórek konserwowy, sałata lodowa, herbata 300g

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło 20g(2), konserwa szynkowa 55g(4,5,6,7), baleron wędzony 60g(2,4,7), mandarynka, sałata lodowa, herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), konserwa szynkowa 55g(4,5,6,7), baleron wędzony 60g(2,4,7), mandarynka, sałata lodowa, herbata 300g.

Wartość odżywcza; Energia 2425 Kcal, Białko 85,7g (pochodzenia roślinnego 33,6g),Tłuszcz 82,5g, Węglowodany 349g, Sól 14,3g.

Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).

KUCHNIA

Jadłospis

05.01.2026r.

Śniadanie:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), kasza perłowa na mleku 300g(2,6), smaczek konserwowy 60g(2,4,7), jajko 60g(1), jabłko, ¼ pomidora, herbata 250g.

Dieta podstawowa(wątrobowa, żółdkowa, lekkostrawna, trzustka): Chleb 150g(6), masło 20g(2), kasza perłowa na mleku 300g(2,6), smaczek konserwowy 60g(2,4,7, serek kanapkowy 40g (2), jabłko, ¼ pomidora, herbata 250g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(60, masło 20g(2), smaczek konserwowy 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g (2), jabłko, ¼ pomidora, herbata 250g.

Obiad:

Dieta ogólna(bez ryby): Zupa ryżowa z ziemniakami i zieloną pietruszką 350g(4,7), ziemniaki z koprem 200g, bigos 200g (2,4,6,7), kompot 300g.

Dieta podstawowa: Zupa ryżowa z ziemniakami i zieloną pietruszką 350g(4,7), ziemniaki z koprem 200g, klops w/p pieczony 100g(4,6,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 100g, kompot 300g.

Dieta cukrzycowa: Zupa ryżowa z ziemniakami i zieloną pietruszką 350g(4,7), ziemniaki z koprem 200g, klops w/p pieczony 100g(4,6,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 100g, kompot 300g.

Kolacja:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g(2,4,7), wątrobianka 60g (2,4,6,7), ogórek świeży, sałata lodowa, herbata 300g.

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g(2,4,7), pasztet sojowy 55g(4,5,7), ogórek świeży, sałata lodowa, herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g (2,4,7), pasztet sojowy 55g(4,5,7,8), jogurt naturalny 150g(2), ogórek świeży, sałata lodowa, herbata 300g.

Wartość odżywcza; Energia 2388 Kcal, Białko 80g (pochodzenia roślinnego 31,5g),Tłuszcz 93,5g, Węglowodany 323g, Sól 15,8g.

Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).

KUCHNIA

Jadłospis

06.01.2026r.

Śniadanie:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), twaróg 60g(2), polędwica drobiowa 60g (2,4,7), marmolada 30g, jabłko, ¼ pomidora, kakao 300g(2).

Dieta podstawowa(wątrobowa, żółdkowa, lekkostrawna, trzuskowa): Chleb 150g(6), masło 20g(2), twaróg 60g(2), polędwica drobiowa 60g ((2,4,7), marmolada 30g, jabłko, ¼ pomidora, kakao 300g(2).

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), twaróg 60g(2), polędwica drobiowa 60g (2,4,7), jabłko, ¼ pomidora, herbata 250g.

Obiad:

Dieta ogólna: Barszcz ukraiński ze śmietaną 350g(2,4,6,7), kasza perłowa na sypko 180g(2), gulasz wieprzowy z karkówki duszony z warzywami w pomidorach 150g (4,6,7), surówka z ogórka kiszzonego z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g.

Dieta podstawowa: Barszcz czerwony ze śmietaną 350g(2,4,6,7), kasza perłowa na sypko 180g(2), gulasz wieprzowy z karkówki duszony z warzywami w pomidorach 150g(4,6,7), sałata lodowa z oliwą 100g, kompot 300g.

Dieta cukrzycowa: Barszcz czerwony ze śmietaną 350g(2,4,6,7), kasza perłowa na sypko 180g(2), gulasz wieprzowy z karkówki duszony z warzywami w pomidorach 150g(4,6,7), sałata lodowa z oliwą 100g, kompot 300g.

Kolacja:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), sałatka rybna 60g(3,7), wędlina golonkowa 60g(2,4,7), ogórek świeży, sałata lodowa, ciasto drożdżowe 60g(1,2,6), herbata 300g.

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło 20g(2), sałatka rybna 60g(3,7), wędlina golonkowa 60g(2,4,7), ogórek świeży, sałata lodowa, ciasto drożdżowe 60g(1,2,6), herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), ryba w oleju 60g(3,7), wędlina golonkowa 60g(2,4,7), ogórek świeży, sałata lodowa, jogurt naturalny 150g(2), herbata 300g.

Wartość odżywcza; Energia 2497,7 Kcal, Białko 87,6g (pochodzenia roślinnego 31,3g),Tłuszcz 91,3g, Węglowodany 383,2g, Sól 10,9g.

Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).

KUCHNIA

**Jadłospis
07.01.2026r.**

Śniadanie:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), płatki owsiane na mleku 300g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), konserwa szynkowa 55g (4,5,6,7), jabłko, ¼ pomidora, herbata 300g.

Dieta podstawowa(wątrobowa, żółdkowa, lekkostrawna, trzuskowa): Chleb 150g(6), masło 20g(2), płatki owsiane na mleku 300g, wędlina krakowska 60g (2,4,7), konserwa szynkowa 55g (4,5,6,7), jabłko, ¼ pomidora, herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina krakowska 60g (2,4,7), konserwa szynkowa 55g (4,5,6,7), jabłko, ¼ pomidora, herbata 300g.

Obiad:

Dieta ogólna: Kapuśniak z kapusty kiszzonej 350g(4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, kotlet mielony 100g(1,2,4,6,7), surówka z buraków czerwonych z oliwą 120g, kompot 300g.

Dieta podstawowa: Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, klops pieczony w sosie pomidorowym 100g/120g(1,2,4,6,7), surówka z buraków czerwonych z oliwą 120g, kompot 300g.

Dieta cukrzycowa: Zupa jarzynowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, klops pieczony w sosie pomidorowym 100g/120g(1,2,4,6,7), surówka z buraków czerwonych z oliwą 120g, kompot 300g.

Kolacja:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), salami 60g(2,4,7), sałatka z ryżu z tuńczykiem 80g (1,3,7), ogórek świeży, babka piaskowa 60g(1,2,6), jogurt owocowy 150g(2), herbata 300g.

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło 20g(2), salami 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), ogórek świeży, babka piaskowa 80g(1,2,6), jogurt owocowy 150g(2), herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), salami 60g (2,4,7), pasztet drobiowy 50g(2,4,6,7), ogórek świeży, jogurt naturalny 150g(2), herbata 300g.

Wartość odżywcza; Energia 2457 Kcal, Białko 87,9g (pochodzenia roślinnego 35,2g),Tłuszcz 68,4g, Węglowodany 321,1g, Sól 11,9g.

Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).

KUCHNIA

Jadłospis
08.01.2026r.

Śniadanie:

Dieta ogólna: Chleb(6) 150g, masło 20g(2), ryż na mleku 300g(2), wędlina żywiecka 60g , (2,4,7), serek kanapkowy 60g(2), jabłko, ¼ pomidora, herbata 250g.

Dieta podstawowa(wątrobowa, żółdkowa, lekkostrawna, trzustkowa): Chleb 150g(6), masło 20g(2), ryż na mleku 300g(2), wędlina żywiecka 60g (2,4,7), serek kanapkowy 60g(2), jabłko, ¼ pomidora, herbata 250g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina żywiecka 60g (2,4,7), serek kanapkowy 60g(2), jabłko, ¼ pomidora, herbata 250g.

Obiad:

Dieta ogólna: Zupa Kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, kotlet schabowy (1,6), surówka z kapusty słodkiej z kukurydzą 120g(1,7), kompot 300g.

Dieta podstawowa: Zupa Kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, schab duszony w sosie 80g/120g(4,6), sałata lodowa z kukurydzą i oliwą 120g , kompot 300g.

Dieta cukrzycowa: Zupa Kalafiorowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, schab duszony w sosie 80g/120g(4,6), sałata lodowa z kukurydzą i oliwą 120g, kompot 300g.

Kolacja:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), łopatką konserwowa 60g(2,4,7), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), banan, rukola, herbata 300g.

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło 20g(2), łopatką konserwowa 60g(2,4,7), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), banan, rukola, herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), łopatką konserwowa 60g(2,4,7), twaróg ze szczypiorem i rzodkiewką 60g(2), ogórek świeży, rukola, herbata 300g.

Wartość odżywcza; Energia 2494 Kcal, Białko 80g (pochodzenia roślinnego 35g),Tłuszcz 85,5g, Węglowodany 363g, Sól 11,6g.

Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8)

KUCHNIA

Jadłospis
09.01.2026r.

Śniadanie:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), makaron na mleku 300g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), humus 55g (4,5,7,8), jabłko , ¼ pomidora, herbata 250g.

Dieta podstawowa(wątrobowa, żółdkowa, lekkostrawna, trzustkowa): Chleb 150g(6), masło 20g(2), makaron na mleku 300g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), humus 55g (4,5,7,8), jabłko , ¼ pomidora, herbata 250g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), wędlina krakowska 60g(2,4,7), humus 55g (4,5,7,8), jogurt naturalny 150g(2), jabłko, ¼ pomidora, herbata 250g.

Obiad:

Dieta ogólna: Zupa pieczarkowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7),ziemniaki z koprem 200g, ryba smażona 120g (1,3,6,7), surówka z kapusty kiszanej 120g, kompot 300g.

Dieta podstawowa: Zupa pieczarkowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, ryba pieczona z warzywami 100g/60(3,4,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 100g, kompot 300g.

Dieta cukrzycowa: Zupa pieczarkowa z makaronem, śmietaną i zieloną pietruszką 350g (2,4,6,7), ziemniaki z koprem 200g, ryba pieczona z warzywami 100g/60(3,4,7), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i oliwą 100g, kompot 300g.

Kolacja:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g (2,4,7), parówka drobiowa 60g(2,4,7), ser topiony 17g(2), ketchup 15g, mandarynka, ogórek kiszony, herbata 300g.

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g (2,4,7), parówka drobiowa 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g (2), ketchup 15g, mandarynka, ogórek świeży, herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka wędzona 60g (2,4,7), parówka drobiowa 60g(2,4,7), serek kanapkowy 40g (2), ogórek kiszony, mandarynka, herbata 300g.

Wartość odżywcza; Energia 2447 Kcal, Białko 87,2g (pochodzenia roślinnego 35,2g),Tłuszcz 68,4g, Węglowodany 383,2g, Sól 11,9g.

Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).

KUCHNIA

Jadłospis

10.01.2026r.

Śniadanie:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), ser żółty 60g(2), marmolada 40g, jabłko, ¼ pomidora, kawa zbożowa na mleku (2,6) 300g.

Dieta podstawowa(wątrobową, żółdkową, lekkostrawną, trzustkową): Chleb 150g(6), masło 20g(2), polędwica drobiowa 60g,(2,4,7), serek kanapkowy 60g(2), marmolada 40g, jabłko, ¼ pomidora, kawa zbożowa na mleku (2,6) 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), polędwica drobiowa 60g(2,4, 7), serek kanapkowy 60g(2), jabłko, ¼ pomidora, herbata 300g.

Obiad:

Dieta ogólna: Zupa ogórkowa ze śmietaną i zieloną pietruszką 350g(2,4,6,7), makaron durum 180g(6), mięso mielone z warzywami w sosie pomidorowym z ziołami 150g(4,6,7), surówka z kapusty słodkiej 120g(1,7), kompot 300g.

Dieta podstawowa: Zupa brokuł ze śmietaną 350g(2,4,6,7), makaron durum 180g(6), mięso mielone z warzywami w sosie pomidorowym z ziołami 150g(4,6,7), surówka z jarzyn mieszanych 100g(2), kompot 300g.

Dieta cukrzycowa: Zupa brokuł ze śmietaną 350g (2,4,6,7), makaron durum 180g(6), mięso mielone z warzywami w sosie pomidorowym z ziołami 150g(4,6,7), surówka z jarzyn mieszanych 100g(2), kompot 300g.

Kolacja:

Dieta ogólna: Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), pasta z jajka 80g(1,2,4,7), papryka świeża, rukola, herbata 300g.

Dieta podstawowa: Chleb 150g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), pasztet sojowy 55g(4,5,7,8), serek kanapkowy 30g(2), papryka świeża, rukola, herbata 300g.

Dieta cukrzycowa: Chleb razowy 100g(6), masło 20g(2), szynka konserwowa 60g(2,4,7), pasztet sojowy 55g(4,5,7,8), serek kanapkowy 30g(2), papryka świeża, rukola, herbata 300g.

Wartość odżywcza; Energia 2494 Kcal, Białko 80g (pochodzenia roślinnego 35g),Tłuszcz 85,5g, Węglowodany 363g, Sól 11,6g.

Alergeny: jaj(1), mleko(2), ryby(3), seler(4), soja(5), gluten(6), musztarda-gorczyca(7), sezam(8).